

Weekly Menu																														
	8月17日 Mon.					8月18日 Tue.					8月19日 Wed.					8月20日 Thu.					8月21日 Fri.					8月22日 Sat.				
定食 A	チキンカツ					照焼きチキンと野菜コロッケ					鶏ささみ ピリ辛ごまだれ					ちくぜん煮					豚肉ときくらげの卵炒め					チキンカツ				
	0 ¥510					Chicken teriyaki ¥510					Steamed chicken with leek sauce ¥510					Braised chicken thigh & vegetables ¥510					¥510					Chicken cutlet fried breaded horse mackerel ¥510				
	822kcal	32.0g	29.2g	111.2g	6.1g	749kcal	27.6g	19.3g	120.7g	4.3g	675kcal	38.9g	10.7g	110.5g	3.7g	634kcal	19.5g	8.9g	123.7g	4.5g	712kcal	27.0g	16.1g	120.6g	4.8g	744kcal	22.2g	19.4g	122.3g	3.2g
定食 B	中華肉団子 & 春巻き					チーズinハンバーグ					味噌チキンかつ丼					海老天丼					ダブルカツカレー					ハンバーグステーキ デミグラスソース				
	Spicy stir-fried meatballs, fried horse mackerel & croquette ¥540					NEW Cheese-stuffed hamburg steak and breaded white fish with tomato ¥540					Chicken cutlet with sweet miso sauce on the rice ¥540					Shrimp squid seasonal vegetable tempura bowl ¥540					Pork cutlet curry with rice ¥540					Hamburg steak with demiglace sauce ¥540				
	868kcal	25.3g	23.4g	139.4g	4.8g	805kcal	26.0g	24.9g	119.1g	4.0g	736kcal	20.5g	15.9g	129.9g	3.5g	713kcal	22.3g	16.2g	121.8g	4.5g	937kcal	24.5g	25.4g	154.1g	6.7g	788kcal	26.5g	21.1g	124.4g	4.5g
小鉢 A	ひじき煮					マカロニサラダ					いちごムース風デザート					白菜キムチ					春雨中華サラダ					青梗菜のお浸し				
	0 ¥100					¥100					¥100					¥100					¥100					Simmered chinese cabbage topped with scrambled egg ¥100				
	32kcal	3.0g	2.0g	0.9g	0.0g	87kcal	1.2g	6.2g	6.6g	0.4g	82kcal	1.5g	4.2g	10.1g	0.2g	13kcal	0.5g	0.1g	2.6g	1.1g	41kcal	0.2g	1.3g	7.0g	0.7g	8kcal	0.4g	0.0g	1.7g	0.6g
小鉢 B	おくら胡麻和え					わかめと大根のレモン和え					ほうれん草のおかか和え					ひじきと小松菜の胡麻和え					ポテトサラダ					ごぼうのきんぴら				
	¥100					Daikon salad with wakame seaweed & dried baby sardine ¥100					¥100					Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100					¥100					¥100				
	25kcal	0.5g	1.7g	2.4g	0.4g	14kcal	0.7g	0.1g	3.6g	1.1g	30kcal	2.3g	1.8g	1.2g	0.2g	21kcal	0.8g	0.7g	3.4g	0.4g	48kcal	0.5g	2.2g	6.4g	0.4g	48kcal	0.8g	1.4g	8.1g	0.3g
小鉢 C	菜の花のピーナッツ和え					豆苗と油揚げの煮浸し					栗かぼちゃの含め煮					温泉玉子					ミニサラダ					厚揚げのうま煮				
	Canola flower seasoned with peanut sauce ¥100					Simmered pea sprouts & bean curd ¥100					¥100					Poached egg ¥100					¥100					Simmered deep-fried tofu & vegetables ¥100				
	25kcal	2.2g	0.9g	2.6g	0.3g	44kcal	2.8g	1.8g	4.8g	1.2g	53kcal	1.2g	0.1g	12.8g	0.6g	91kcal	7.6g	6.2g	1.0g	0.7g	23kcal	0.8g	0.2g	5.2g	0.7g	64kcal	4.0g	3.7g	4.3g	1.5g
日替り 麺	博多とんこつラーメン					もやしたっぷり醤油ラーメン					四川担々麺					【当店オリジナル】油そば					高菜とんこつラーメン					台湾辛味らーめん				
	Chinese noodles in thick pork broth ¥400					Chinese noodles in soup ¥400					Chinese noodles in spicy sesame soup with around pork ¥400					Chinese noodles with seasoning oil ¥400					Chinese noodles in pork broth with takana leaf ¥400					Chinese noodles in soup ¥400				
	493kcal	17.2g	13.5g	72.5g	7.7g	438kcal	18.2g	7.5g	71.5g	5.9g	610kcal	22.9g	24.1g	74.3g	6.2g	690kcal	22.3g	32.8g	72.1g	3.6g	511kcal	18.7g	14.3g	74.8g	8.8g	451kcal	19.5g	8.6g	71.2g	5.2g
週替り カレー	ビーフカレー																													
	Beef curry with rice ¥400																													
	576kcal 12.3g 10.0g 109.6g 3.0g																													
常設	おにぎり (のりたま)					いなり (2個)					かけうどん					かけそば														
	Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150					Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150					udon noodles in broth ¥250					soba noodles in broth ¥250														
	265kcal 5.2g 1.5g 57.4g 0.3g					254kcal 5.9g 4.9g 46.7g 1.4g					343kcal 7.4g 0.3g 77.8g 4.6g					313kcal 14.4g 2.4g 58.5g 4.0g														

Weekly Menu															
	8月24日 Mon.					8月25日 Tue.					8月26日 Wed.				
定食 A	豚キムチ炒め Stirfried pork kimchi with Korean sauce on the rice ¥510 737kcal 20.7g 21.8g 117.8g 5.2g					アジフライと肉コロッケ Deepfried breaded horse mackerel ¥510 837kcal 20.4g 28.9g 126.3g 3.8g					チョリソーと玉子と練り物の煮 Simmered deep fried bean curd cake vegetables ¥510 817kcal 31.8g 29.2g 110.1g 5.4g				
定食 B	シーフードミックスフライ Fried shrimp horse mackerel squid cutlet ¥540 821kcal 24.2g 27.7g 121.4g 4.2g					ハンバーグステーキ テリヤキソース Hamburg steak with demiglace sauce ¥540 786kcal 26.5g 20.1g 126.0g 5.1g					やわらかヒレカツ & 野菜コロッケ Pork filet cutlet ¥540 768kcal 23.8g 16.1g 135.6g 4.4g				
小鉢 A	五目巾着 Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥100 59kcal 2.9g 3.5g 4.0g 1.2g					小松菜のなめこ和え ¥100 7kcal 0.7g 0.1g 1.2g 0.0g					オレンジムース風デザート ¥100 78kcal 1.6g 4.2g 9.1g 0.1g				
小鉢 B	おくらとえのきのお浸し Boiled okra & enoki mushroom with soy-sauce ¥100 12kcal 0.9g 0.0g 3.0g 0.4g					ポテト明太子風味 ¥100 66kcal 0.7g 3.6g 7.7g 0.3g					菜の花のお浸し ¥100 12kcal 1.9g 0.0g 1.6g 0.3g				
小鉢 C	こんにゃくきんぴら ¥100 37kcal 0.5g 1.7g 4.4g 0.4g					冷奴 Cold serve tofu with soy sauce ¥100 32kcal 3.0g 2.0g 0.9g 0.0g					栗かぼちゃの含め煮 Simmered pumpkin ¥100 39kcal 1.2g 0.1g 9.1g 0.9g				
日替り 麺	野菜たっぷり醤油ラーメン Chinese noodles in soup with stir-fried minced pork & vegetables ¥400 453kcal 19.7g 8.1g 73.2g 6.3g					あごだし中華そば Chinese noodles in grilled flying fish soup ¥400 412kcal 16.4g 5.4g 70.8g 4.8g					ねぎチャーシュー麺 Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400 451kcal 17.7g 8.9g 71.5g 6.2g				
週替り カレー	野菜たっぷりあごだしラーメン Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400 497kcal 18.6g 12.1g 75.1g 6.7g					ねぎチャーシュー味噌ラーメン Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400 493kcal 22.8g 11.4g 70.8g 7.9g					タイ風グリーンカレー Curry with rice ¥400 602kcal 16.8g 15.2g 99.9g 2.5g				
常設	おにぎり (のりたま) Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 265kcal 5.2g 1.5g 57.4g 0.3g					いなり (2 個) Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150 254kcal 5.9g 4.9g 46.7g 1.4g					かけうどん udon noodles in broth ¥250 343kcal 7.4g 0.3g 77.8g 4.6g				

* 表示価格は税込です。 * 食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

* 栄養価表示：エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/食塩相当量